

Obsah

1.Příprava k modlitbě	5
Duchovní četba	5
Žít v Boží přítomnosti	10
Odříkání	13
2.První etapa na cestě vnitřní modlitby	18
Modlitební čtení	21
Modlitba vnitřního soustředění	22
3.Krise růstu v modlitebním životě: Noc smyslů	26
Noc: most mezi meditací a kontemplací	27
Východisko: smysly v plném denním světle	29
Noc: není oddechem, nýbrž součástí „cesty“	31
Noc smyslů, noc ducha	32
Trojí znamení	33
První znamení: svět zešedne	34
Vnitřní rozštěpení	35
Pozoruhodná choroba	37
Osvobození jako čistý dar	38
Vstříc zjednodušení	39
Nezbytný rytmus	40
Druhé znamení: úzkost člověka, který byl vytržen ze svého navyklého způsobu života	41
Tříbení či vlačnost	43
Rosteme vstříc míru	44
Třetí znamení: neumím již meditoval	45
S meditováním je konec	47
Týká se noc smyslů všech?	47
Pravá a domnělá síla	49
Hledání nového způsobu života	50
4.Kontemplativní modlitba	52
Láskyplná pozornost	52
1.Problémy s roztržitostí	54
Roztržitost důsledkem nedostatečné odevzdanosti	55

Roztržitost důsledkem nedostatečného soustředění	57
2.Problém s neklidnou fantazií	61
Obrazy, které slouží pozornosti	63
5.Méně citů, zato více míru	67
Dvojitý druh lásky	68
A přece touha	70
Síla, která nás táhne z úrovně smyslů	71
Prostředek proti uspěchanosti	73
Modlit se mohu vždycky	74
Rostoucí mír.	75
6.Odpověď na některé otázky	77
Příprava k modlitbě	77
K čemu stále ještě pevné modlitební doby?	78
Jak si počínat při práci	81